

Programa Institucional de Bolsas
de Iniciação Científica PIBIC

23 a 25
outubro

Pró-Reitoria de Pesquisa - Pibic/CNPq
Pró-Reitoria de Graduação - SAE/Unicamp



A0003

A INFLUÊNCIA DA EDUCAÇÃO SOMÁTICA NA PREVENÇÃO DE LESÕES EM BAILARINOS

Carolina Monteiro Cais (Bolsista SAE/UNICAMP) e Profa. Dra. Ângela de Azevedo Nolf (Orientadora), Instituto de Artes - IA, UNICAMP

O presente estudo teve como proposta fundamental analisar a relação entre Educação Somática e a prevenção de possíveis lesões em bailarinos. Deste modo, selecionamos três técnicas de Educação Somática: Pilates, Feldenkrais e Klauss Vianna, buscando observar se o conhecimento e a aplicação prática destas técnicas ajudam a prevenir lesões, influenciando na atitude corporal do bailarino frente aos inúmeros exercícios e repetições de uma aula ou ensaios de dança. Após o estudo bibliográfico sobre as respectivas técnicas listadas, foram realizadas entrevistas com profissionais experientes e atuantes nas três áreas, e também com bailarinos e estudantes de dança que obtiveram ou não contato com as técnicas pesquisadas, aplicando um questionário estruturado a fim de detectar a relação entre lesão e a falta de conhecimento de Educação Somática na atividade prática do bailarino. Assim concluiu-se que a experiência prática em Técnicas/Métodos de Educação Somática pode influenciar na prevenção de lesões em bailarinos, acrescentando maior reflexão e consciência corporal ao intérprete, ressaltando o respeito à estrutura anatômica do corpo em movimento, visto que os bailarinos das Universidades pesquisadas (79,7%) se lesionam menos que os bailarinos das Academias (91,9%).

Educação somática - Lesões em bailarinos - Dança